



Содержание

Вступительное слово	7
Об авторе	9
Вступление	11
Как пользоваться этой книгой	12
Что мешает достичь результата	18
Формула будущего.....	23
Неделя 1. Выходим на новый уровень.....	27
День 1. Анализ личности.....	28
День 2. Высказываемся и раскрепощаемся в желаниях	43
День 3. Инвестируем в себя и создаем свой личный бренд	53
День 4. Готовим рабочее пространство и избавляемся от хлама	66
День 5. Готовим праздничное мероприятие. .	77
День 6. Меняем привычки.....	87
День 7. Медитация, релаксация, массаж	94
Неделя 2. Максимальное напряжение	103
День 8. Профессиональный блоггинг.....	104
День 9. Налаживаем существующие отношения	115



День 10. Посещаем новые места и мероприятия	132
День 11. Развиваем творческое начало.....	136
День 12. Новые знания.....	145
День 13. День спорта	153
День 14. Учимся отдыхать правильно	161
Послесловие	167
Список рекомендуемой литературы.....	169
Ежедневник максимальных результатов	173
Правила пользования ежедневником.....	174

на тренинг, чтобы я, в случае чего, помог ему в проведении некоторых упражнений. Я с удовольствием согласился. Во время тренинга я обратил внимание на одну из участниц — женщину 35–40 лет. Когда она задавала тренеру какой-то вопрос, то избегала зрительного контакта. Смотрела в пол и что-то делала руками. Голос немного дрожал. Первое, что я подумал — она нервничает или это комплексы. Конечно же, у меня появилось желание после тренинга поговорить с ней, но мой опыт подсказывал, чтобы я этого не делал. Если сама попросит совета — я дам, если не попросит, то не буду вмешиваться, так как от навязанного совета пользы не будет ни ей, ни мне. Тренер продолжал излагать свою тему, но постепенно стал переходить к теме успеха.

— Невозможно научиться радоваться большим успехам, если вы не научитесь радоваться самым маленьким... — сказал он.

— Возможно, в другой стране так и есть, — перебила его та самая женщина, — но не в нашей. У нас радоваться нечему. В других странах все намного лучше. А мы работаем, работаем, дышим грязью, вечно в кредитах, на которые уходит вся зарплата. Сейчас я коплю деньги. И как только накоплю достаточно, я уеду, моя жизнь станет намного лучше и счастливее.

Миссия _____

Видение себя (5–7 лет) _____

Главная жизненная цель _____

 Дата _____  Цель дня _____

 Проработка привычки _____



Важные задачи



Ежедневный успех



Синергия

Мысли / идеи

Анализ дня и затраченного времени _____

Что мне нужно сделать, чтобы быстрее реализовать свою цель

Время	Комментарии
06:00	
07:00	
08:00	
09:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	

Для творчества